MA1108-A

CASIO® P

3285＊JA

取扱説明書 保証書付

3285

このたびは、弊社製品をお買い上げくださいまして、誠にありがとうございます。末長くご愛用いただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱いくださいますようお願い申し上げます。
本機を安全に正しくお使いいただくための注意事項「安全上のご注意」を本書に記載しています。本機をご使用になる前に、必ずお読みください。
なお、この説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。

本機の特長

● オートライト
暗いところでも時計を傾けると表示を明るく照らします。

● マルチタイム
時刻モードのとき、４都市の時刻（T-1：タイム 1 〜 T-4：タイム 4）を切り替えて見ることができます。

● ワールドタイム
世界 31 タイムゾーン（48 都市）の時刻を表示させることができます。

● アラーム（5 本）・時報報知
アラームは 5 本セットでき、任意の時刻にアラームを鳴らすことができます。また、毎正時（00 分）に時報を鳴らすことができます。

● タイマー
1 分単位で 24 時間までセットでき、1/10 秒単位で減算計測を行います。

● ストップウオッチ
1/100 秒単位で 23 時間 59 分 59 秒 99（24 時間計）まで計測できます。

安全上のご注意

絵表示について　本書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するため、色々な絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。

⚠危険	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。
⚠警告	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。
⚠注意	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

△記号は「気をつけるべきこと」（注意）を意味しています（左の例は感電注意）。

⦸記号は「してはいけないこと」（禁止）を意味しています（左の例は分解禁止）。

●記号は「しなければならないこと」（強制）を意味しています（左の例は電源プラグをコンセントから抜く）。

⚠ 警告

本機をスキューバダイビング（アクアラング）に使用しないでください。

- 本機はダイバーズウオッチではありません。誤って使用すると、事故の原因となります。

電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手の届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

⚠ 注意

お手入れについて

ケース・バンドは汚れからサビが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとサビ易くなります。

⚠ 注意

かぶれについて

時計の本体およびバンドは、直接肌に接触していますので、使用状態によってはかぶれを起こす恐れがあります。

① 金属・皮革に対するアレルギー
② 時計の本体およびバンドの汚れ・サビ・汗等
③ 体調不良等

- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
- 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
- 万一、異常が生じた場合は、ご使用を中止し、医師にご相談ください。

分解しないでください

本機を分解しないでください。ケガをしたり、本機が故障する原因となることがあります。

⚠ 注意

ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やケガの予防のため、十分に安全が確認された場所で行ってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計が止まった場合は、速やかに電池を交換してください。

時計着脱の際に、中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。

オートライト作動時のご使用について

オートライト作動状態のとき、本機を腕につけて自動車などを運転すると、不用意にライトが点灯し、運転の妨げになり危険ですのでおやめください。交通事故の原因となることがあります。

目次

安全上のご注意 表紙裏面

液晶表示について 5

マークについて 5

操作のしくみと表示の見方 6

ライト点灯について 8

ボタンを押して点灯させる....................................8
時計を傾けて点灯させる.......................................8
ライト点灯時間の切替え.......................................10

電子音に合わせてライトを点滅させる 11

ON ／ OFF 設定..11

グラフィック表示について 12

操作音について 12

操作音の ON ／ OFF 設定....................................12

マルチタイムの使い方 13

T–1 ～ T–4 の表示を切り替えるには..................13
T–1 ～ T–4 の表示を順番に繰り返し表示するには...13
ローカルタイム都市 T-2 ～ T-4 の都市を変更するには...14
ホームタイム都市を入れ替えるには....................14

ワールドタイムの使い方 15

都市のサーチ...15
サマータイム（DST）について...........................15
サマータイムの設定..15
ホームタイム都市との入替え...............................16
都市コード一覧...17

アラーム・時報の使い方 18

アラームについて...18
アラーム時刻と種類のセット...............................18
アラームの ON ／ OFF 設定................................20
鳴っている電子音を止めるには...........................20
モニターアラーム...20
時報について..20
時報の ON ／ OFF 設定..20

タイマーの使い方 21

タイマーのセット...21
タイマーの使い方（減算計測のしかた）..............22

ストップウオッチの使い方 23

計測のしかた...23

時刻・日付の合わせ方 24

時刻・日付の合わせ方（ホームタイムの設定）...24

製品仕様..26
ご使用上の注意...30
お手入れについて...33
電池交換について...34
金属バンドの駒詰めについて..............................34

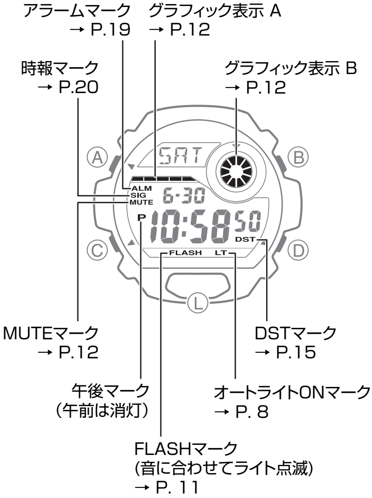
液晶表示について

本書はAタイプの液晶表示で説明しております。
Bタイプ（反転液晶）をお使いの場合は、Aタイプで各インジケーター（マーク）がONのときに点灯するところが白くなると置き換えてご覧ください。

<Aタイプ>

<Bタイプ>

マークについて



操作のしくみと表示の見方

Ⓒ ボタンを押すごとに、以下の順でモードが切り替わります。
※ アラームモードで 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的に時刻モードに戻ります。

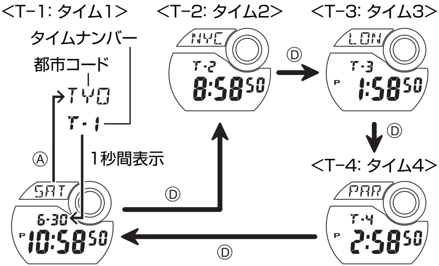
時刻モード

★曜日の見方

SUN：日　MON：月　TUE：火
WED：水　THU：木　FRI：金　SAT：土

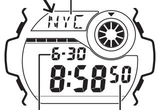
● マルチタイム

- Ⓓ ボタンを押すごとに 4 都市の時刻（T–1：タイム 1 ～ T–4：タイム 4）を切り替えて見ることができます。
- ホームタイム（T–1：タイム 1）に設定している都市を確認するときは、Ⓐ ボタンを押します。



Ⓒ

ワールドタイムモード



P-15

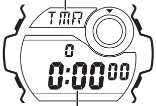
Ⓒ

アラームモード

P-18

Ⓒ

タイマーモード



P-21

Ⓒ

ストップウオッチモード

P-23

Ⓒ

ライト点灯について

セット中（表示点滅）以外のどのモードのときでも、Ⓛ ボタンを押すとライトが点灯し、暗いところでも表示を確認することができます。

■ ボタンを押して点灯させる

どのモードのときでも、

Ⓛ ボタンを押します

➡ Ⓛ ボタンを押すとライトが点灯します。

- 点灯時間は約 1.5 秒間と約 3 秒間のいずれかを選ぶことができます。
- 直射日光下ではライト点灯が見えにくくなります。

■ 時計を傾けて点灯させる

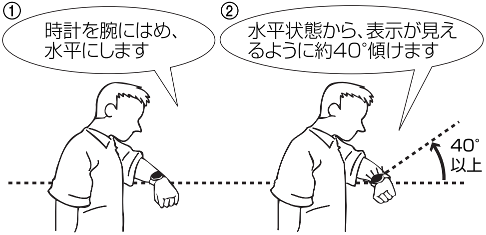
～オートライト機能～

どのモードのときでも、時計を傾けるだけでライトが約 1.5 秒間または約 3 秒間点灯します。

準備：時刻モードのとき、Ⓛ ボタンを約 3 秒間押し続けて、オートライト ON（オートライト ON マーク点灯）にします。

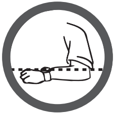
※ 時刻モードのとき、Ⓛ ボタンを約 3 秒間押し続けるとオートライト ON（マーク点灯）と OFF（マーク消灯）が切り替わります。

●ライトを点灯させる



※ オートライト機能を使用するときは、時計を「**手首の外側**」にくるようにつけてください。

※ 文字板の左右（3 時－ 9 時方向）の角度を± 15° 以内にしておいてください。15° 以上傾いていると点灯しにくくなります。



〈ご注意〉

- 直射日光下ではライト点灯が見えにくくなります。
- ライト点灯中にいずれかのボタンを押したり、アラームなどが鳴り出すと点灯を中断します。

〈オートライトご使用時の注意〉

- オートライトが作動するのは、オートライト ON にしてから約 6 時間です。それ以降は電池消耗防止のため、自動的にオートライト OFF になります。

※ 引き続きオートライトを作動させたいときは、再度時刻モードで Ⓛ ボタンを約 3 秒間押し続けてオートライト ON マークを点灯させてください。ただし、オートライトを頻繁に使用すると電池寿命が短くなりますのでご注意ください。

- 時計を傾けたとき、ライトの点灯が一瞬遅れることがありますが異常ではありません。
- ライト点灯後、時計を傾けたままにしておいても、点灯は約 1.5 秒間または約 3 秒間のみとなります。
- 時計を「手首の内側」につけていたり、腕を振ったり、腕を上にあげたりしても点灯することがあります。**オートライトを使用しないときは必ず OFF** にしておいてください。

※ 時計を「手首の内側」につけるときはできるだけオートライトを OFF にしてご使用ください。

- 静電気や磁気などでオートライトが動作しにくくなり、点灯しないことがあります。このときはもう一度水平状態から傾けなおしてみてください。なお、それでも点灯しにくいときは、腕を下からふりあげてみると点灯しやすくなります。

■ ライト点灯時間の切替え

1. セット状態にする

時刻モードのとき、

Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

➡秒が点滅します。

- セット状態で 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。

2. ライト点灯時間の設定状態にする

Ⓒ ボタンを 9 回押します

3. 点灯時間を選ぶ

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに約 1.5 秒間と約 3 秒間が切り替わります。

- “LT1” ＝約 1.5 秒
- “LT3” ＝約 3 秒

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

電子音に合わせてライトを点滅させる

アラーム・時報、タイマーのタイムアップ音に連動して、ライトを点滅させることができます。

■ON ／ OFF 設定

ON ／ OFF の切替えは、時刻モードで行います。

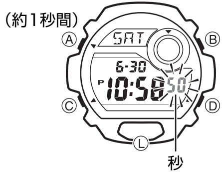
1. セット状態にする

時刻モードのとき、

Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

➡「秒」が点滅します。

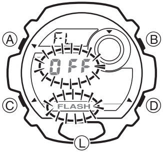
- セット状態で 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。



2. 「セット状態」を選ぶ

Ⓒ ボタンを 10 回押します

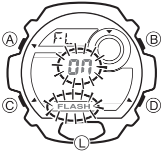
➡“FL”が点灯し、“ON”または“OFF”および“FLASH”が点滅します。



3. ON ／ OFF を切り替える

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに“ON”と“OFF”が切り替わります。



4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

グラフィック表示について

本機にはグラフィック表示があります。

● グラフィック表示 A

時刻モード、ワールドタイムモードにおいて、時刻に連動して点灯／消灯します（10 秒単位）。タイマーモード、ストップウオッチモードにおいては、計測に連動して点灯／消灯します（1/10 秒単位）。

● グラフィック表示 B

時刻モード、ワールドタイムモードにおいて、時刻に連動して点灯／消灯します（1秒単位）。
タイマーモード、ストップウオッチモードにおいては、計測に連動して点灯／消灯します（1秒単位）。

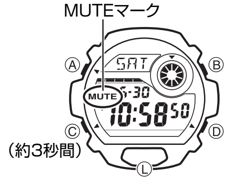
操作音について

モード切替え時などに鳴る操作音の ON ／ OFF を切り替えることができます。

■操作音の ON ／ OFF 設定

セット中（表示点滅）以外のどのモードのときでも

Ⓒ ボタンを約 3 秒間押し続けます



➡確認音が鳴り、操作音の ON ／ OFF が切り替わります。

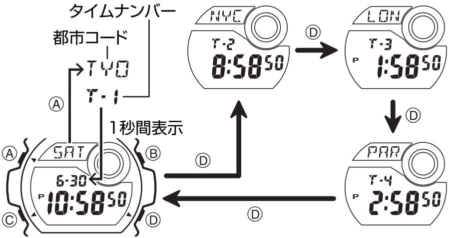
- 操作音を OFF にしているときは、MUTE マークが点灯します。
- Ⓒ ボタンを押したときに、モードも切り替わりますので、ご注意ください。
- 操作音が OFF でも、アラーム音、時報音、タイマーのタイムアップ音は鳴ります。

マルチタイムの使い方

時刻モードのとき、4都市の時刻(T-1:タイム 1 ~ T-4:タイム 4)を切り替えて見ることができます(マルチタイム機能)。T-1 ~ T-4 にはそれぞれ違う都市を設定することができます。T-1 がホームタイムとなり、T-2 ~ T-4 はローカルタイムとしてホームタイムで設定した時刻に連動します。ホームタイム以外に頻繁に時刻を見たい都市を T-2 ~ T-4 に設定しておくと便利です。

■ T-1 ~ T-4 の表示を切り替えるには

Ⓓ ボタンを押すごとに、以下のように時刻表示が切り替わります。



- ホームタイム都市の時刻を表示中に Ⓐ ボタンを押すと、月・日・曜日の表示が、都市コードと"T-1"表示に切り替わります(約1秒間)。
- ホームタイム都市(T-1)のみ、時刻の修正ができます。
- ローカルタイム都市(T-2 ~ T-4)は、都市と DST 設定(UTC 以外)の切り替えのみできます。

■ T-1 ~ T-4 の表示を順番に繰り返し表示するには

- Ⓓ ボタンを約3秒間押し続けると T-1 ~ T-4 を順番に繰り返し表示します。
- いずれかのボタンを押すとホームタイム都市の時刻表示に戻ります。

■ローカルタイム都市 T-2 ～ T-4 の都市を変更するには

1. セット状態にする

変更したいローカルタイム都市を表示中に、

Ⓐ ボタンを約 2 秒間押し続けます

➡都市コードが点滅します。
- 設定できる都市の詳細については、17 ページ「都市コード一覧」を参照してください。

2. 都市コードを選ぶ

Ⓓ・Ⓑ ボタンを使って都市コードを選びます。

3. サマータイム（DST）* の ON ／ OFF を選ぶ

Ⓒ ボタンを押してから、Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに ON ／ OFF が切り替わります。
- “OFF”＝サマータイム OFF（通常時間）
“ON” ＝サマータイム ON（夏時間）

* サマータイム（DST）については 15 ページ参照。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

■ホームタイム都市を入れ替えるには

ホームタイム都市（T-1）とローカルタイム都市（T-2 ～ T-4）を入れ替えることができます。

1. ホームタイム都市に設定したい都市を選ぶ

時刻モードのとき、

Ⓓ ボタンを押します

➡T-2 ～ T-4 の中からホームタイム都市に設定したい都市を選びます。

2. ホームタイム都市を入れ替える

Ⓐ ボタンと Ⓑ ボタンを同時に押します

➡***1.*** で選んだ都市がホームタイム都市になります。

ワールドタイムの使い方

6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
Ⓒ ボタンを押し、ワールドタイムモードにします。

ワールドタイムモードでは、世界 31 タイムゾーン（48 都市）の時刻を簡単に知ることができます。

- ワールドタイムモードに切り替えると、前回選んだ都市の時刻を表示します。
- ワールドタイムの「秒」は基本時刻の「秒」に連動しています。
- ホームタイム（基本時刻）を 24 時間制にしているときは、ワールドタイムも 24 時間制で表示されます。

■ 都市のサーチ

ワールドタイムモードのとき、

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡ Ⓓ ボタンを押すごとに「都市コード」が進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

- ボタンを押し続けると早送りします。

■ サマータイム（DST）について

サマータイムとは DST（Daylight Saving Time）とも言い、通常の時刻から 1 時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの採用時期は国や地域によって異なり、採用していないところもありますのでご注意ください。

■ サマータイムの設定

準備：ワールドタイムモードのとき、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、サマータイム設定したい都市コードを選びます。

Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

➡ DST マークが点灯して、サマータイム設定 * になります。

* サマータイム設定時の表示は、通常の時刻より 1 時間早まります。

- DST マークが点灯しているときに、Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けると通常の時刻に戻ります。
- 都市ごとにサマータイムを設定することができます。ただし、“UTC”表示のときはサマータイムの設定はできません。

■ ホームタイム都市との入替え

現在ワールドタイムモードで選んでいる都市を、ホームタイム都市と入れ替える（ホームタイム都市に設定する）ことができます。

例：ホームタイム都市を東京（TYO）からニューヨーク（NYC）に設定する。

	ホームタイム都市	ワールドタイムモードでの都市
操作前	東京（TYO） 午後 10 時 08 分 （スタンダードタイム）	ニューヨーク（NYC） 午前 9 時 08 分 （サマータイム）
操作後	ニューヨーク（NYC） 午前 9 時 08 分 （サマータイム）	東京（TYO） 午後 10 時 08 分 （スタンダードタイム）

1. 都市を選ぶ

ワールドタイムモードのとき、

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

※ ボタンを押し続けると早送りします。

2. ホームタイム都市を入れ替える

Ⓐ ボタンを押しながら Ⓑ ボタンを同時に押します

➡確認音が鳴り、*1.* で選んだ都市（ニューヨーク）がホームタイム都市になります。

※ 操作を行う前のホームタイム都市（東京）がワールドタイムモードの選択都市になり、ワールドタイムモードの時刻が修正されます。

■都市コード一覧

コード	時差	都市名
PPG	－11	パゴパゴ
HNL	－10	ホノルル
ANC	－9	アンカレジ
YVR	－8	バンクーバー
LAX		ロサンゼルス
YEA	－7	エドモントン
DEN		デンバー
MEX	－6	メキシコシティ
CHI		シカゴ
NYC	－5	ニューヨーク
SCL	－4	サンティアゴ
YHZ		ハリファックス
YYT	－3.5	セントジョンズ
RIO	－3	リオデジャネイロ
FEN	－2	フェルナンド・デ・ノローニャ
RAI	－1	プライア
UTC	0	＜協定世界時＞
LIS		リスボン
LON		ロンドン
MAD	＋1	マドリード
PAR		パリ
ROM		ローマ
BER		ベルリン
STO		ストックホルム

コード	時差	都市名
ATH	＋2	アテネ
CAI		カイロ
JRS		エルサレム
MOW	＋3	モスクワ
JED		ジェッダ
THR	＋3.5	テヘラン
DXB	＋4	ドバイ
KBL	＋4.5	カブール
KHI	＋5	カラチ
DEL	＋5.5	デリー
KTM	＋5.75	カトマンズ
DAC	＋6	ダッカ
RGN	＋6.5	ヤンゴン
BKK	＋7	バンコク
SIN	＋8	シンガポール
HKG		香港
BJS		北京
TPE		台北
SEL	＋9	ソウル
TYO		東京
ADL	＋9.5	アデレード
GUM	＋10	グアム
SYD		シドニー
NOU	＋11	ヌーメア
WLG	＋12	ウェリントン

※ この表は 2010 年 12 月現在の情報を元に作成しました。
※ この表の時差は協定世界時（UTC）が基準になっています。
※ 各国の時差やサマータイムは、その国の都合により変更になることがあります。

アラーム・時報の使い方

6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
Ⓒ ボタンを押し、アラームモードにします。

■ アラームについて

本機には、時刻を設定できる 5 つのアラームがあり、それぞれ以下の種類に設定できます。

- デイリーアラーム　：毎日、設定した時刻にアラームが鳴ります。
  ワンタイムアラーム：一度報音したら自動的に OFF になります。
- アラームは、ホームタイム（T-1）の時刻と一致したときに報音します。

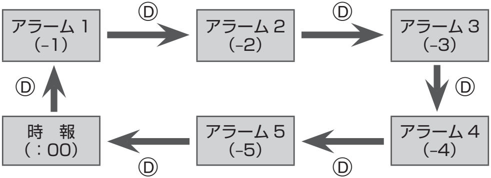
■ アラーム時刻と種類のセット

1. アラームを選ぶ

アラームモードのとき、

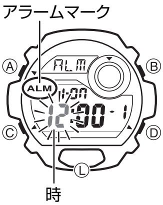
Ⓓ ボタンを押します

➡ Ⓓ ボタンを押すごとに、以下の順で表示が切り替わります。セットしたいアラームを選びます。



2. セット状態にする

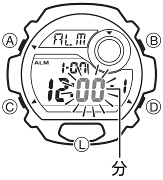
Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます



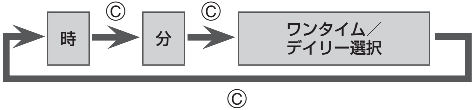
➡「時」が点滅します。
- 自動的にワンタイムアラーム ON になります。
- セット状態で 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。

3. セット箇所を選ぶ

Ⓒ ボタンを押します



➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。



4. 点滅箇所をセットする

● アラームの時刻をセットする場合

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに 1 つずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。
- Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。

● アラームの種類をセットする場合

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに設定が以下のように切り替わります。

1-ON：ワンタイムアラームがオンの場合
ON：デイリーアラームがオンの場合

手順 *3.* ～ *4.* の操作を繰り返して、アラームの時刻と種類をセットします。

- 「時」のセットのとき午前／午後（P）、または 24 時間制にご注意ください。
- 基本時刻を 24 時間制にしているときは、アラーム時刻も自動的に 24 時間制で表示されます。

5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

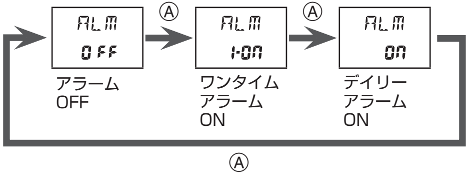
➡点滅が止まり、セット完了です。

■ アラームの ON ／ OFF 設定

準備：アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押して、設定したいアラームを選びます。

Ⓐ ボタンを押します

➟Ⓐ ボタンを押すごとに、アラームの設定が以下のように切り替わります。



- いずれかのアラームが“1-ON”または“ON”のとき、アラームマークが点灯します。

■ 鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと、音が止まります。

■ モニターアラーム

アラームモードで Ⓓ ボタンを押し続けると、押している間、電子音が鳴ります。

■ 時報について

毎正時（00 分のとき）に“ピッピッ”と電子音を鳴らすことができます。

■ 時報の ON ／ OFF 設定

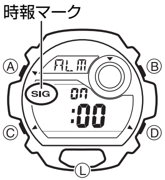
準備：アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押して、時報表示を選びます。

Ⓐ ボタンを押します

➟Ⓐ ボタンを押すごとに、時報の ON ／ OFF が切り替わります。

- 時報マークが点灯しているときが ON となり、時報が鳴ります。

<時報表示>



タイマーの使い方

6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい Ⓒ ボタンを押し、タイマーモードにします。

タイマー時間は 1 秒単位で 24 時間までセットすることができ、1/10 秒単位で減算計測を行います。

■ タイマーのセット

1. セット状態にする

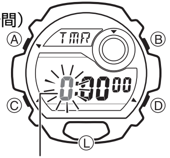
タイマーモードのとき、

Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

➡タイマー時間の「時」が点滅します。

- セット状態で 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。

(約1秒間)



タイマー時間(時)

2. 「時」をセットする

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに 1 つずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

- Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。
- 1 秒単位で 24 時間までセットできます。
- タイマー時間を 24 時間に設定するときは、表示を "0:00 00" にします。

3. 「分」をセットする

Ⓒ ボタンを押します

➡「分」が点滅します。「分」も「時」と同様に Ⓓ または Ⓑ ボタンでセットします。

4. 「秒」をセットする

Ⓒ ボタンを押します

➡「秒」が点滅します。「秒」も「時」・「分」と同様に Ⓓ または Ⓑ ボタンでセットします。

5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まりセット完了です。

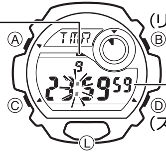
■ タイマーの使い方（減算計測のしかた）

タイマーモードのとき、

Ⓓ ボタンを押します

Ⓓ ボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。

- 計測は 1/10 秒単位で行います。
- 計測中はグラフィック表示 A が点灯／消灯します。



- タイムアップすると、アラーム音が約 10 秒間（またはいずれかのボタンを押すまで）鳴ります。このとき自動的に計測前の表示に戻ります（リセット）。

★ 計測ストップ後 Ⓑ ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります（リセット）。
★ 計測中に Ⓓ ボタンを押すと一時的に計測が止まります。もう一度 Ⓓ ボタンを押すと計測が再開されます（競技中など、一時的に計測を止めたいときに便利です）。

ストップウオッチの使い方

6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
Ⓒ ボタンを押し、ストップウオッチモードにします。

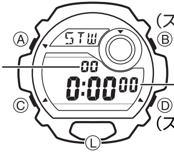
ストップウオッチは 1/100 秒単位で 23 時間 59 分 59 秒 99（24 時間計）まで計測できます。計測範囲を超えると、自動的に 0 に戻って計測し続けます。

■計測のしかた

ストップウオッチモードのとき、

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。
- 計測中はグラフィック表示 A が点灯／消灯します。



★ 計測中に Ⓑ ボタンを押すと、表示は止まりますが、内部では計測を続ける**スプリット計測**となります（“SPL” 表示）。
※ スプリット計測中にモードを切り替えると、スプリットは解除されます。

★ 計測終了後 Ⓑ ボタンを押すと、計測値が 0 に戻ります（リセット）。

●通常計測

Ⓓ ➡ Ⓓ ➡ Ⓑ
スタート　ストップ　リセット

<積算計測>
ストップ後リセットせずに Ⓓ ボタンを押すと表示タイムに引き続き計測が再開されます。

●スプリットタイム（途中経過時間）の計測

Ⓓ ➡ Ⓑ ➡ Ⓑ ➡ Ⓓ ➡ Ⓑ
スタート　スプリット（“SPL”表示）　スプリット解除　ストップ　リセット

●1・2 着同時計測

Ⓓ ➡ Ⓑ ➡ Ⓓ ➡ Ⓑ ➡ Ⓑ
スタート　1着ゴール（1着タイム表示）　2着ゴール　2着タイム表示　リセット

時刻・日付の合わせ方

以下の操作は時刻モードで行います。

時刻や日付をセットできるのは「T-1（ホームタイム）」だけです。
セット状態にする前に、13 ページをご覧になり、時刻モードで「T-1（ホームタイム）」を表示してください。

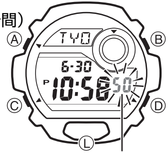
■時刻・日付の合わせ方（ホームタイムの設定）

1. セット状態にする

時刻モードのとき、

Ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

（約1秒間）



秒

➡「秒」が点滅します。

- セット状態で 2 ～ 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。

2. 秒合わせ…30 秒以内の遅れ／進みの修正

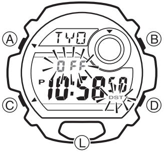
時報に合わせて Ⓓ ボタンを押します

➡「00 秒」からスタートします。

- 秒が 00 ～ 29 のときは切り捨てられ、30 ～ 59 のときは 1 分繰り上がって「00 秒」になります（時報は「時報サービス 117 番」が便利です）。

3. サマータイム（DST）* の ON ／ OFF を選ぶ

Ⓒ ボタンを押してから、
Ⓓ ボタンを押します



➡Ⓓ ボタンを押すごとに ON ／ OFF が切り替わります。

- “OFF” ＝サマータイム OFF（通常時間）
  “ON”　＝サマータイム ON（夏時間）

* サマータイム（DST）については 15 ページ参照。

4. ホームタイム都市を設定する

Ⓒ ボタンを押してから、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

（戻る）

（進む）

➡Ⓓ ボタンを押すごとに「都市コード」が進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

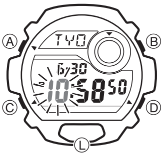
* 17 ページ「都市コード一覧」参照。

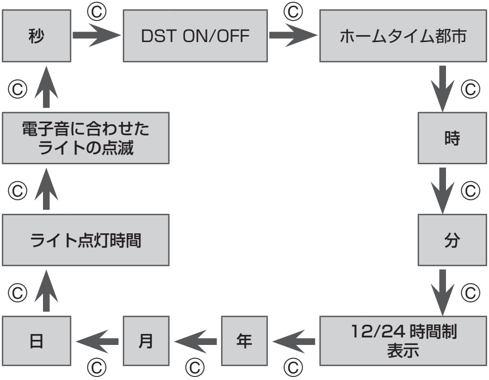
- Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。

5. 「時刻・日付」合わせ

a. Ⓒ ボタンを押します

➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。





b. Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに 1 ずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

- Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。

手順 a. と b. の操作を繰り返して、時刻・日付をセットします。

- 「時」のセットのとき午前／午後（P)、または 24 時間制にご注意ください。
- 「年」は 2000 年～ 2099 年の範囲内でセットできます。正しくセットすると､自動的に曜日が算出されます。なお、カレンダーはうるう年および大の月、小の月を自動判別するフルオートカレンダーですので、電池交換時以外の修正は不要です。

● 12/24 時間制表示切替え

Ⓓ ボタンを押すごとに 12 時間制表示“12H”と 24 時間制表示“24H”とが切り替わります。

● ライト点灯時間の切替え

10 ページ｢ライト点灯時間の切替え｣を参照してください。

● 電子音に合わせたライトの点滅切替え

11 ページ「電子音に合わせてライトを点滅させる」を参照してください。

6. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

製品仕様

水晶発振周波数：32,768Hz

精度：平均月差± 15 秒以内

基本機能：時・分・秒、午前／午後（P）／
24 時間制表示、月・日・曜日、
フルオートカレンダー
（2000 ～ 2099 年）

マルチタイム機能：ホームタイム 1 都市、
ローカルタイム 3 都市

ワールドタイム機能：世界 31 タイムゾーン（48 都市）の時刻を
表示、サマータイム設定機能

アラーム機能：時刻アラーム（ワンタイム／デイリー）5 本
　セット単位＝時・分
　電子音＝ 20 秒間
時報
　毎正時に電子音で報時

タイマー機能：セット単位＝ 1 秒
計測単位＝ 1/10 秒
計測範囲＝ 24 時間

ストップウオッチ機能：計測単位＝ 1/100 秒
計測範囲＝ 23 分 59 分 59 秒 99
（24 時間計）
計測機能＝通常計測、積算計測、
スプリット計測、
1・2 着同時計測

その他：自動復帰機能、
サマータイム設定機能、
12/24 時間制表示切替え、
モニターアラーム、LED ライト、
オートライト、
電子音に合わせてライト点滅、
操作音 ON/OFF 切替え

使用電池：CR2016　1 個（電池別途販売）

電池寿命：約 3 年
（ライト 1.5 秒間／日、電子音 20 秒間／日（電子音に合わせてライトを点滅）使用した場合）

memo

memo

memo

ご使用上の注意

■ 防水性

● 防水時計は時計の表面または裏蓋に「WATER RESIST」「WATER RESISTANT」と表示されているもので、次のように分類されます。

<table>
<tr><td colspan="2" rowspan="2"></td><td rowspan="2">日常
生活用
防水</td><td colspan="3">日常生活用強化防水</td></tr>
<tr><td>5 気圧
防水</td><td>10 気圧
防水</td><td>20 気圧
防水</td></tr>
<tr><td>表示</td><td>時計の表面または
裏蓋に表記</td><td>「BAR」
表記無し</td><td>5BAR</td><td>10BAR</td><td>20BAR</td></tr>
<tr><td rowspan="4">使用例</td><td>洗顔、雨</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr>
<tr><td>水仕事、水泳</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr>
<tr><td>ウインドサーフィン</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr>
<tr><td>スキンダイビング
（素潜り）</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr>
</table>

- 専門的な潜水＝スキューバダイビング（空気ボンベ使用）でのご使用はお避けください。

● 時計の表面または裏蓋にWATER RESISTまたはWATER RESISTANTと表示されていないものは防汗構造になっておりませんので、多量の汗を発する場合、もしくは湿気の多い場所でのご使用や直接水に触れるようなご使用はお避けください。

● 防水構造の機種でも水中や、水分のついたまま、りゅうずやボタンの操作をしないでください。

● 防水構造の機種でも、時計をつけたままの入浴、洗剤等（石鹸・シャンプーなど）のご使用をお避けください。防水性能を低下させる原因となります。

● 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れをふきとってください。

● 防水性を保つために定期的（2 ～ 3 年を目安）なパッキン交換をおすすめします。

● 電池交換の際、防水試験を行いますので、必ずお買い上げの販売店あるいは「修理サービス窓口」にお申し付けください（特殊な工具を必要とします）。

● 防水時計の一部にデザイン上、皮バンドを使用しているモデルがありますが、皮バンド付の状態で、水仕事・水泳など直接水のかかるご使用はお避けください。

● 時計が急冷された場合など、ガラスの内側が曇ることがありますが、すぐに曇りが無くなるようであれば特に問題はありません。曇りが消えなかったり、水が時計内部に浸入した場合は、そのままご使用にならず、ただちに修理することが必要です。

● 時計内部に浸入した水は、電子部品や機械、文字板などを破損する原因となります。

■ バンド

● バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは指一本が入る程度の余裕をもたせてご使用ください。

● バンドは劣化やさび（錆）などにより切れたり外れたりする場合があり、時計の落下や紛失の原因となります。バンドは、常にお手入れしていただき、清潔にご使用ください。
バンドに弾力性がなくなったり、ひび割れ・変色・緩みなどがある場合は、お早めに点検・修理（有償）または新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換（有償）をお申し付けください。

■ 温度

- 自動車のダッシュボードや暖房器具の近く等の高温になる場所に放置しないでください。また、寒い所に長く放置しないでください。遅れ、進みが生じたり、止まったり、故障の原因となります。
- ＋ 60℃以上の所に長時間放置すると液晶パネルに支障をきたすことがありますのでご注意ください。液晶表示は、0℃以下や＋ 40℃以上では、表示が見えにくくなることがあります。

■ ショック

- 通常の使用状態でのショックや軽い運動（キャッチボール、テニスなど）には十分耐えますが、落としたり、強くぶつけたりすると、故障の原因になります。
  ただし、耐衝撃構造の時計の場合（G-SHOCK/Baby-G/G-ms）は腕につけたままでチェーンソーなどの強い振動や、激しいスポーツ（モトクロスなど）でのショックを受けても時計には影響ありません。

■ 磁気

- 通常、磁気の影響はありませんが、極度に強い磁気（医療機器など）は誤動作や電子部品を破損する恐れがありますのでお避けください。

■ 静電気

- 静電気により誤った時刻を表示したりします。また、極度に強い静電気は、電子部品を破損する恐れがあります。
- 静電気により、一時的に液晶の点灯していない部分ににじみ現象が発生することがあります。

■ 薬品類

- シンナー、ガソリン、各種溶剤、油脂またはそれらを含有しているクリーナー、接着剤、塗料、薬剤、化粧品類等が付着すると、樹脂ケース、樹脂バンド、皮革などに変色や破損を生ずることがありますのでご注意ください。

■ 保管

- 長期間ご利用にならないときは汚れ、汗、水分などをふきとり、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■ 樹脂製品について

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が樹脂製品に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま放置すると色あせする場合があります。
- 塗装部品は、使用状況（過度の外力、連続したこすれ、衝撃等）により磨耗し色落ちしたりすることがあります。
- バンドにプリントがしてある場合は、プリント部分を強くこすると他の部分に色がつくことがあります。
- 蛍光商品は、長時間濡れたままにしておくと色が落ちる恐れがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとって、乾かしてください。
- スケルトン（透明）仕様の部品は、汗や汚れ等の吸収や高温多湿への放置により変色を起こすことがあります。
- 樹脂部品の交換は、「修理サービス窓口」にお申し付けください。有償にて申し受けます。

■ 天然皮革・合成皮革バンドについて

● 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が天然皮革や合成皮革に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたままにしないでください。

● 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま長時間放置すると色あせする場合があります。
ご注意：天然皮革・合成皮革は、摩擦・汚れにより色を移したり、色落ちすることがあります。

■ 金属製品について

● 金属を使用した製品・バンドは、ステンレスやメッキ品でも汚れたままご使用になりますと､さび(錆)が発生することがあります。汗をかいたときや水に濡らしたときは、柔らかい吸湿性の良い布などで良く拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、良く乾燥させてください。

● バンドは、時々、柔らかい歯ブラシなどにより、中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水でバンドを洗って､良く手入れをしてください。このとき、時計の本体にかからないようご注意ください。

■ 抗菌防臭バンドについて

● 抗菌防臭バンドは汗などによる細菌の増殖を抑え、においの発生を防ぎ、常に清潔で快適な装着感が得られます。抗菌・防臭の効果を上げるために、バンドの汚れ、汗、水分等は吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にしてご使用ください。抗菌防臭バンドは微生物や細菌の増殖を抑えるためのもので、アレルギー等による皮膚のかぶれ等を抑えるものではありません。

■ 液晶表示について

● 液晶表示は、見る方向によって表示が見えにくくなることがあります。

万一、本機使用や故障により生じた損害、逸失利益または第三者からのいかなる請求についても、当社では一切その責任を負えませんのであらかじめご了承ください。

お手入れについて

■ お手入れのしかた

● ケース･バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚したり、皮膚がかぶれたり時計の性能が劣化することがあります。ケース･バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとさび易くなります。

● 樹脂バンドの表面にシミ状の模様が発生することがありますが、人体および衣服への影響はありません。また布等で簡単にふきとることができます。

● 皮革バンドは乾いた布で軽く拭くなどして常に清潔にしてご使用ください。樹脂バンドも皮バンド同様、日々の使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。

● バンドにヒビなどの異常がある場合は、必ず新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換をお申し付けください。保証期間内であっても有償にて申し受けます。

● 時計も衣服同様、直接身につけるものです。本体ケースやバンドの汚れ、汗・水分などは吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にご使用ください。

■ お手入れを怠ると

〈さび（錆)〉

● 時計で使用している金属はさびにくい性質ですが、汚れによりさびが発生します。
  • 汚れにより酸素が絶たれると、表面の酸化皮膜が維持できなくなり、さびが発生します。

● 表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやさびがしみ出して、衣類の袖を汚したり、皮膚がかぶれたり、時計の性能が劣化することがあります。

〈劣化〉

● 樹脂バンドは汗などの水分で濡れたままにしておいたり、湿気の多い場所に放置すると経年劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

〈かぶれ〉

● 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

電池交換について

● 電池交換は必ずお買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください。
● 電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となる場合があります。
● 電池交換の際、防水検査を行います（防水検査は別途有償となります）。

■ 最初の電池

● お買い上げの時計に組み込まれている電池（モニター用電池）は、工場出荷時点に時計の機能や性能をチェックするために組み込まれたものです。
● お客様がお買い上げになるまでの期間に電池は消耗しますので、モニター用電池は取扱説明書などに記載されている電池寿命に満たない場合があります。また、電池交換は保証期間内でも有料となります。

■ 電池の消耗

● 電池が消耗しますと「時刻の狂いが目立ったり」「表示が見にくくなったり」「消えたり」します。
● 消耗した電池を使っていると故障の原因になりますので、お早めに交換してください。

金属バンドの駒詰めについて

金属バンドの駒詰めには専用の工具が必要となります。
お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはケガ等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。
なお、「持込修理サービス受付窓口」においても保証期間内は無償、保証期間経過後は有償にて承っております。
詳しくは、「持込修理サービス受付窓口」または「修理に関するお問い合わせ窓口」へお問い合わせください。